

치매진단

KOREAN | ENGLISH

이 설명서는 치매의 초기 징후, 치매 진단에 사용된 기술 및 초기에
올바로 진단하는 것이 중요하다는 사실을 강조합니다.

치매의 초기 징후는 무엇인가?

치매를 일으키는 병은 점차적으로 진전되기 때문에 초기 징후는 아주 미미하고 즉시 파악이 되지 않을 수도 있습니다. 초기 징후는 또한 치매 유형에 따라 다르고 사람마다 매우 다양합니다.

흔한 초기 증상의 예:

- 기억 문제, 특히 최근 일 기억
- 혼란 증가
- 집중력 저하
- 성격 및 행동 변화
- 무감정, 움츠림 혹은 우울증
- 일상적인 일을 하는 능력 상실

가끔 사람들은 이러한 증세가 무엇인가 잘못되었음을 나타내는 것임을 인식하지 못합니다. 이들은 그러한 행동이 노화 단계의 정상적인 부분이라고 잘못 판단할 수도 있습니다. 혹은 증상이 점차적으로 진전되어 오랜 기간 동안 발견되지 못할 수도 있습니다. 가끔 사람들은 무엇인가 잘못되었음을 알 때에도 조치를 취하지 않을 수도 있습니다.

그러한 증세를 경험하는 사람에게는 뇌 속에서 발생하는 그러한 변화의 성질로 인해 본인이 그 변화의 존재를 인지할 수 없음을 의미할 수도 있습니다.

경고 징후

아래 사항은 흔히 발생하는 치매 징후 목록입니다. 목록에서 해당되는 징후에 체크표를 하십시오. 여러개의 난에 체크표를 한 경우에는 정확한 진단을 위해 의사를 만나 보셔야 합니다.

□ 일상적인 기능에 영향을 끼치는 기억 상실

가끔 예약을 잊어 버리고 나중에 기억하는 것은 정상적입니다. 치매 환자는 이러한 것을 더 자주 잊어 버리거나 전혀 기억하지 못할 수도 있습니다.

□ 익숙한 과업 수행 장애

사람들은 가끔 주위가 산만해져 식사 준비에서 일부를 잊어버릴 수도 있습니다. 치매 환자는 식사 준비의 모든 단계에 문제가 있을 수 있습니다.

□ 시간과 장소에 대한 혼동

치매 환자는 익숙한 장소로 가는 길을 찾지 못하거나 자신이 있는 장소에 대해 혼란을 느낄 수 있습니다. 혹은 자신이 과거의 어느 시점에 있다고 생각할 수 있습니다.

□ 언어 장애

모든 사람이 가끔 적절한 단어를 찾는데 애로가 있지만 치매 환자는 단순한 단어를 잊어 버리거나 부적절한 단어로 대체, 혹은 이해하기 어려운 문장을 만듭니다. 이들은 또한 다른 사람들을 이해하는데 문제가 있을 수도 있습니다.

□ 추상적인 사고 장애

재정 관리는 모든 사람들에게 어려울 수 있지만 치매 환자는 숫자가 무엇을 의미하는 지 또 어떻게 다루어야 하는지 알기 힘들 수 있습니다.

□ 판단력 저하

여러 활동이 좋은 판단력을 요합니다. 이러한 능력이 치매에 영향을 받을 경우 추운 날씨에 무엇을 입어야 하는가 등 적절한 판단을 하기가 어려울 수도 있습니다.

□ 공간 파악 문제

치매 환자는 운전을 할 때 거리 혹은 방향을 판단하는 데 어려움이 있을 수 있습니다.

□ 물건 분실

누구나 일시적으로 지갑이나 열쇠를 잘못 둘 수는 있습니다. 치매 환자는 물건을 자주 부적절한 곳에 둘 수 있습니다.

□ 기분, 성격 혹은 행동 변화

모든 사람이 가끔 우울하거나 슬퍼할 수 있습니다. 치매 환자는 분명한 이유 없이 갑작스럽게 기분이 바뀔 수 있습니다. 혼란해하고 의심을 하거나 움츠려 들 수 있습니다. 일부의 경우 억제가 되지 않거나 더 바깥으로 나가게 됩니다.

□ 흥미 상실

어떤 활동에 대해 싫증이 나는 것은 정상적입니다. 하지만 치매는 이전에 즐겼던 활동에 흥미를 상실케 할 수 있습니다.

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500

치매가 아닐 수도 있다

많은 질환이 치매와 유사한 증세를 보이고 있기 때문에 위에서 열거한 몇 가지 증세를 가지고 치매로 추측해서는 안됩니다. 뇌졸중, 우울증, 알코올 중독, 감염, 호르몬 장애, 영양 결핍 및 뇌종양 등이 모두 치매와 같은 증세를 일으킬 수 있습니다. 이러한 질환은 많은 경우에 치료될 수 있습니다.

정확한 진단이 중요

초기 단계에 의사의 진료를 받는 것이 중요합니다. 의료 전문가만이 치매를 진단할 수 있습니다. 완전한 의료 검사를 통해서 치료 가능한 질환을 밝혀 그 질환들이 올바르게 치료되는지 여부를 파악하거나 아니면 치매 여부를 확정 지을 수 있습니다.

검사의 몇 가지 예

- 병력 - 의사는 과거 및 현재 질환, 가족 병력, 복용 약품에 관해 그리고 우려가 되는 기억력, 사고력 혹은 행동 문제에 대해 질문할 것입니다.
- 신체 검사 - 이는 감각 및 운동 기능, 심장 및 허파 기능 등을 테스트하여 기타 질환을 배제시킵니다.
- 임상 테스트 - 다양한 혈액 및 소변 검사를 하여 해당 증세의 원인이 될 가능성 있는 질환을 파악합니다. 일부 경우에는 소량의 척수액 샘플을 테스트를 위해 뽑습니다.
- 신경심리 혹은 인지 테스트 - 여러 가지 테스트를 이용하여 기억, 언어, 집중 및 문제 해결 등 사고력을 평가합니다. 이는 특정 문제 영역을 파악하는 것이며 치매 유형 혹은 기저 원인을 파악하는데 도움이 됩니다.
- 뇌 촬영 - 뇌 구조를 살펴보는 특정한 스캔이 있는데 이는 증상의 원인으로 뇌종양 혹은 뇌혈전을 배제하고 치매의 여러 유형들 사이의 차이를 만드는 뇌조직 손실 유형을 파악합니다. 기타 스캔은 뇌의 특정 부분이 얼마나 활동적인가를 살펴며 또한 치매 유형을 구분하는데 도움이 됩니다.
- 정신 질환 평가 - 우울증 등 치료 가능한 장애를 파악하고 치매와 함께 발생할 수도 있는 염려 혹은 한각과 같은 정신질환 증세를 다룹니다.

어디서 시작을 할 것인가

진단 과정을 시작하는 최상의 단계는 의사를 찾는 것이며 의사는 증세를 고려하여 순서대로 진단 테스트를 거친 후에 일차적인 진단을 제공하고 해당인을 대개 신경과 의사, 노인병 전문의사 혹은 정신과 의사로 의뢰할 수 있습니다.

어떤 사람은 의사를 찾는 제안을 거부할 수도 있습니다. 가끔 사람들은 자신에게 문제가 있다는 사실을 알지 못하거나 부인합니다. 그 이유는 기억 문제를 인지하거나 파악하는 능력에 장애가 되는 뇌의 변화를 치매가 일으키기 때문입니다.

또 일부는 통찰력을 여전히 유지하고 있어 자신들이 걱정하고 있던 질환이 현실로 확정될까 봐 두려워할 수도 있습니다.

이러한 문제를 극복하기 위한 가장 효과적인 방법중 하나는 의사를 방문하는 또 다른 이유를 찾는 것입니다. 심장이나 혈압 체크 혹은 장기적인 질환이나 의약품 복용 재검사 등을 제안할 수도 있습니다. 또 다른 방법은 귀하나 당사자 모두 신체 검사를 할 시간임을 제안하는 것입니다. 확신을 많이 시켜줍니다. 이때 부드럽고 차분한 태도가 당사자의 걱정과 공포를 극복하는데 도움이 될 수 있습니다.

여전히 의사를 보려고 하지 않을 경우

- 해당인의 의사를 만나 조언을 구합니다.
- 정보를 원하시면 My Aged Care를 경유하여 **1800 200 422**로 노인간호 진단팀 (ACAT)에 연락합니다.
- 치매 정보라인 (National Dementia Helpline)에 **1800 100 500**으로 연락합니다.

의사가 귀하의 우려사항을 심각하게 여기지 않는다고 느낄 경우 이차 소견을 구하십시오.

치매의 조기 징후에 관한 더 자세한 정보나 의사로부터의 도움을 원하시면 Alzheimer's Australia 웹사이트에서 *Worried About Your Memory? (기억력에 대해 염려하시나요?)* 책자를 다운로드하시거나 국립 치매 헬프라인에 전화하여 사본을 주문하십시오.

자세한 정보

Alzheimer's Australia는 지원과 정보, 교육 및 상담을 제공합니다. 치매 정보라인 (National Dementia Helpline) **1800 100 500**에 연락하거나 본 기관의 웹사이트 fightdementia.org.au 를 방문하십시오.



언어 지원을 위해서는 통번역서비스에 **131 450**으로 연락하십시오.

DIAGNOSING DEMENTIA

This Help Sheet provides information about the early signs of dementia, the techniques used to diagnose dementia and the importance of an early and correct diagnosis.

What are the early signs of dementia?

Because the diseases that cause dementia develop gradually, the early signs may be very subtle and not immediately obvious. Early symptoms also depend on the type of dementia and vary a great deal from person to person.

Common early symptoms include:

- Memory problems, particularly remembering recent events
- Increasing confusion
- Reduced concentration
- Personality or behaviour changes
- Apathy and withdrawal or depression
- Loss of ability to do everyday tasks

Sometimes people fail to recognise that these symptoms indicate that something is wrong. They may mistakenly assume that such behaviour is a normal part of ageing, or symptoms may develop so gradually they go unnoticed for a long time. Sometimes people may be reluctant to act even when they know something is wrong.

For the person experiencing the symptoms, the very nature of these changes within the brain may mean that the person is unable to recognise that there are changes.

Warning signs

This is a checklist of common symptoms of dementia. Go through the list and tick any symptoms that are present. If there are several ticks, consult a doctor for a complete assessment.

Memory loss that affects day-to-day function

It's normal to occasionally forget appointments and remember them later. A person with dementia may forget things more often or not remember them at all.

Difficulty performing familiar tasks

People can get distracted and they may forget to serve part of a meal. A person with dementia may have trouble with all the steps involved in preparing a meal.

Disorientation to time and place

A person with dementia may have difficulty finding their way to a familiar place, or feel confused about where they are, or think they are back in some past time of their life.

Problems with language

Everyone has trouble finding the right word sometimes, but a person with dementia may forget simple words or substitute inappropriate words, making them difficult to understand. They might also have trouble understanding others.

Problems with abstract thinking

Managing finances can be difficult for anyone, but a person with dementia may have trouble knowing what the numbers mean or what to do with them.

Poor or decreased judgement

Many activities require good judgement. When this ability is affected by dementia, the person may have difficulty making appropriate decisions, such as what to wear in cold weather.

Problems with spatial skills

A person with dementia may have difficulty judging distance or direction when driving a car.

Problems misplacing things

Anyone can temporarily misplace a wallet or keys. A person with dementia may often put things in inappropriate places.

Changes in mood, personality or behaviour

Everyone becomes sad or moody from time to time. Someone with dementia can exhibit rapid mood swings for no apparent reason. They can become confused, suspicious or withdrawn. Some can become disinhibited or more outgoing.

A loss of initiative

It's normal to tire of some activities. However, dementia may cause a person to lose interest in previously enjoyed activities.

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU **NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500**

It may not be dementia

Remember that many conditions have symptoms similar to dementia, so do not assume that someone has dementia just because some of the above symptoms are present. Strokes, depression, alcoholism, infections, hormone disorders, nutritional deficiencies and brain tumours can all cause dementia-like symptoms. Many of these conditions can be treated.

A correct diagnosis is important

Consulting a doctor at an early stage is critical. Only a medical practitioner can diagnose dementia. A complete medical assessment may identify a treatable condition and ensure that it is treated correctly, or it might confirm the presence of dementia.

An assessment may include the following:

- Medical history – the doctor will ask about past and current medical problems, family medical history, any medications being taken, and the problems with memory, thinking or behaviour that are causing concern. The doctor may also wish to speak to a close family member who can help provide all the necessary information.
- Physical examination – this may include tests of the senses and movement function, as well as heart and lung function, to help rule out other conditions.
- Laboratory tests – will include a variety of blood and urine tests to identify any possible illness which could be responsible for the symptoms. In some cases, a small sample of spinal fluid may be collected for testing.
- Neuropsychological or cognitive testing – a variety of tests are used to assess thinking abilities including memory, language, attention and problem solving. This can help identify specific problem areas, which in turn helps identify the underlying cause or the type of dementia.
- Brain imaging – there are certain scans that look at the structure of the brain and are used to rule out brain tumours or blood clots in the brain as the reason for symptoms, and to detect patterns of brain tissue loss that can differentiate between different types of dementia. Other scans look at how active certain parts of the brain are and can also help discriminate the type of dementia.
- Psychiatric assessment – to identify treatable disorders such as depression, and to manage any psychiatric symptoms such as anxiety or delusions which may occur alongside dementia

Where to begin

The best place to start is with the person's doctor. After considering the symptoms and ordering screening tests, the doctor may offer a preliminary diagnosis and will, ideally, refer the person to a medical specialist such as a neurologist, geriatrician or psychiatrist.

Some people may be resistant to the idea of visiting a doctor. Sometimes people do not realise that there is anything wrong with them because the brain changes that occur with dementia interfere with the ability to recognise or appreciate the changes occurring. Others, who do have insight into their condition, may be afraid of having their fears confirmed. One of the best ways to overcome this problem is to find another reason to visit the doctor. Perhaps suggest a blood pressure check or a review of a long-term condition or medication. Another way is to suggest that it is time for both of you to have a physical check-up. A calm attitude at this time can help overcome the person's worries and fears.

If the person still will not visit the doctor:

- Talk to the person's doctor for advice
- Contact your local Aged Care Assessment Team (ACAT) via My Aged Care on **1800 200 422** for information
- Call the National Dementia Helpline on **1800 100 500**

If you feel your doctor is not taking your concerns seriously, consider seeking a second opinion.

For more detailed information about the early signs of dementia and seeking help from a doctor, download the *Worried About Your Memory?* booklet from the Alzheimer's Australia website or call the National Dementia Helpline to order a copy.

FURTHER INFORMATION

Alzheimer's Australia offers support, information, education and counselling. Contact the National Dementia Helpline on **1800 100 500**, or visit our website at fightdementia.org.au



For language assistance phone the Translating and Interpreting Service on **131 450**